

Pneumologie

Exacerbatie of opstoot van COPD







Beste patiënt,

Wat is een exacerbatie?

Een exacerbatie is een plotse of geleidelijke verergering van de klachten bij chronische obstructieve longziekte (COPD). Patiënten spreken soms ook van een **opstoot** of een **longaanval**.

Meestal wordt een opstoot veroorzaakt door een infectie in de luchtwegen of longen, maar soms is de oorzaak onbekend.

Door de ontsteking zwellen de luchtwegen op, trekken de spiertjes errond samen en wordt meer slijm aangemaakt. Daardoor stroomt de lucht moeilijker door de longen. Een exacerbatie kan COPD-patiënten ernstig ziek maken en het duurt vaak een maand of langer om volledig te herstellen.

Wat veroorzaakt een exacerbatie?

De meest voorkomende oorzaak is een infectie in de longen of luchtwegen, meestal viraal, soms bacterieel. Exacerbaties kunnen ook ontstaan door het inademen van irriterende stoffen zoals bij luchtvervuiling of door ernstige allergieën.

Welke klachten kan je krijgen?

Exacerbaties kunnen snel optreden (binnen enkele uren tot dagen) en zorgen voor een verergering van je gebruikelijke COPD-klachten:

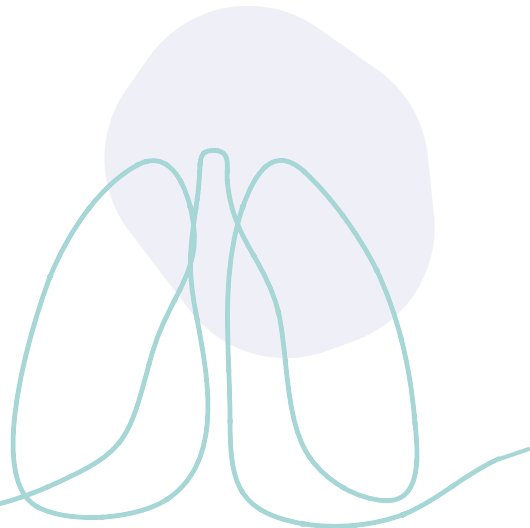
- toenemende kortademigheid, ook bij lichte inspanning
- meer of heviger hoesten, of het ontstaan van een nieuwe hoest
- verandering van het slijm (meer slijm of een andere kleur zoals geel, groen of bruin)
- sneller vermoeid zijn
- slechter slapen
- hoofdpijn bij het ontwaken of een verward gevoel. Dit kan wijzen op een te hoog koolstofdioxidegehalte in het bloed en vraagt dringende medische evaluatie
- een lager zuurstofgehalte dan normaal
- soms ook koorts of andere tekenen van infectie

Hoe wordt een exacerbatie vastgesteld?

De diagnose steunt vooral op jouw klachten en hun verandering ten opzichte van je normale toestand. De arts of verpleegkundige voert een klinisch onderzoek uit.

Er bestaan geen specifieke testen die een exacerbatie op zich bevestigen. Bloedonderzoek, sputumonderzoek of een longfoto worden soms gebruikt om andere aandoeningen uit te sluiten of om de oorzaak beter in te schatten.

Omdat jij je lichaam en je klachten het best kent, speel je zelf een cruciale rol in het vroeg herkennen van een opstoot. Tijdig contact opnemen met een zorgverlener kan het verloop gunstig beïnvloeden.





Hoe wordt een exacerbatie behandeld?

De behandeling hangt af van de ernst van de klachten. Bij milde tot matige exacerbaties volstaat vaak een behandeling thuis met:

- inhalatiemedicatie om de luchtwegen te verwijden
- corticosteroïden om de ontsteking te remmen
- antibiotica wanneer een bacteriële infectie wordt vermoed

Bij ernstigere klachten is opname in het ziekenhuis aangewezen. De behandeling kan bestaan uit:

- corticosteroïden via tabletten of via een infuus
- luchtwegverwijders via inhalator of vernevelaar
- antibiotica indien nodig
- zuurstoftherapie wanneer het zuurstofgehalte te laag is

Bij zeer ernstige exacerbaties kan opname op intensieve zorgen nodig zijn. In dat geval kan ademhalingsondersteuning met een BIPAP-toestel aangewezen zijn. Als dit onvoldoende helpt, kan tijdelijke beademing noodzakelijk zijn.

Hoe ernstig is een exacerbatie?

Exacerbaties kunnen zeer ernstig zijn en zelfs levensbedreigend. Snel reageren bij verergering van klachten is daarom essentieel.

Bij patiënten met ernstige COPD of bij wie eerder een opstoot optrad, is het belangrijk vooraf duidelijke afspraken te maken. Samen met je zorgverlener kan je een **persoonlijk actieplan** opstellen. Daarin staat wanneer je hulp moet inschakelen en wie je kan contacteren.

Wie al eerder een exacerbatie doormaakte, heeft een grotere kans op een nieuwe opstoot. Daarom kan je zorgverlener met jou in gesprek gaan over vooruitziende zorgplanning en samen met jou en je naasten bespreken wat belangrijk is als je op een bepaald moment te ziek bent om zelf beslissingen te nemen. Denk bijvoorbeeld aan de vraag of je ademhalingsondersteuning via een toestel wil als zelfstandig ademen tijdelijk niet meer lukt, of welke behandelingen je liever niet ondergaat of wilt beperken. Door deze wensen op voorhand vast te leggen, zorg je voor duidelijkheid en rust voor jezelf, je familie en je zorgverleners.

In een gevorderd stadium van de ziekte kan palliatieve zorg ondersteuning bieden. Deze zorg richt zich op comfort, verlichting van benauwdheid en het aanpakken van pijn of ongemak.

Kan ik een exacerbatie voorkomen?

Niet elke exacerbaties kan je voorkomen, maar er zijn manieren om het risico te verkleinen of de ernst te beperken:

- stop met roken en zoek hulp om te stoppen
- vermijd contact met mensen die verkouden zijn of griep hebben
- was regelmatig je handen om infecties te voorkomen
- laat je jaarlijks vaccineren tegen de griep en COVID. De griepvaccinatie helpt aantoonbaar om exacerbaties te voorkomen
- laat je vaccineren tegen pneumokokken
- bespreek het RSV-vaccin met je arts, zeker vanaf 65 jaar

Daarnaast bestaan er onderhoudsmedicatie en andere behandelingen die het aantal opstoten kunnen verminderen. Bespreek samen met je zorgverlener wat voor jou het meest geschikt is.

Actiepunten

- ✔ let op tekenen van een COPD-opflakking
- ✔ bel je arts meteen als je klachten krijgt
- ✔ neem je medicijnen zoals voorgeschreven
- ✔ laat je jaarlijks vaccineren tegen de griep en covid
- ✔ overweeg het RSV-vaccin
- ✔ vermijd tabaksrook en stop met roken als je rookt



Contactinformatie

Zorgverlener:

Telefoonnummer:

Meer informatie

Betrouwbare patiënteninformatie over COPD, behandeling en ondersteuning:

- www.thoracic.org/patients

Informatie over leven met COPD en longrevalidatie:

- www.livebetter.org



Honger of dorst?

Breng een bezoekje aan onze bistro Azter op campus Bornem of op campus Rumst!

CAMPUS BORNEM

Kasteelstraat 23 | 2880 Bornem

03 880 90 11

spoedgevallen: 03 890 16 03

CAMPUS WILLEBROEK

Tisseltsesteenweg 27 | 2830 Willebroek

03 880 90 11

ref.: 50121266

versie: 19/03/2026

foto's & illustraties: Adobe stock

eigenaar: dr. Eva Boeykens, diensthoofd pneumologie en allergologie campus Bornem en campus Willebroek

v.u.: Sofie Vermeulen, communicatieverantwoordelijke

Maatschappelijke zetel:

vzw AZ Rivierenland | 's Herenbaan 172 | 2840 Rumst

RPR 0416 851 659 | Erkenningsnummer 104 | Bevoegde rechtbank: Antwerpen

www.azrivierenland.be | info@azr.be

